取扱説明書

平成23年5月発行 (4)

●このたびは、アブサークルプロXをお買い上げいただき、誠にありがとうございます。
・本製品はこの取扱説明書をよくお読みになり、正しくご使用ください。
・ご使用の前に必ず「安全にお使いいただくために」をお読みください。
・取扱説明書および保証書は大切に保管し、必要なときにご利用ください。

exabody®

安全にお使いいただくために

ご使用になるお客さまや他の人への危害や財産の損害を防ぎ、安全にお使いいただくために重要な内容を記載しています。

次の内容をよく理解してから本文をお読みいただき、必ず記載事項をお守りください。

また、この取扱説明書に記載のない目的や方法では絶対に使用しないでください。

●お子さまやペット（動物）の近くでは使用しないでください。思わぬ事故やケガの原因になります。

●お客様の不注意による破損・故障・ケガ・事故に関して、製造者・販売者は一切の責任を負いません。

●過度のエクササイズはしないでください。逆効果となり、身体機能を低下させ、正しく回復しなくなるおそれがあります。

●ご自身に合ったフィットネス・プログラムを作るときには、医師の忠告に従ってください。

■表示内容を守らず誤ったご使用をされたときに生じる危害や損害の程度を、下のような表示で区分して説明しています。

⚠警告	「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容

⚠注意	「人が傷害を負う可能性および物的損害のみの発生が想定される」内容

本体に貼付された警告・注意シールの指示が守られていないことによる破損・故障・ケガ・事故に関して、製造者・販売者は一切の責任を負いません。

⚠警告

次のような方はご使用にならないでください。

●16歳未満の方　●発熱時や過労時　●体調不良、けがをしている方

●加療中の方および、加療が必要な方　●腰痛がある方　●持病がある方

●骨や関節の疾患があり、運動によりその症状が悪化する可能性がある方

●医師の診断により運動を止められている方　●薬を服用中の方　●妊娠中の方および、可能性のある方

●運動をしたときに体調不良や胸の痛みを感じたことがある方

●めまいを起こして体のバランスを崩したり意識を失ったことがある方

●運動中や前後に、喫煙、飲酒をされる方　●体重が100kgを超える方

●使用中に体調を崩したり、違和感を感じた場合

次のような方は大人または、医師あるいは資格のある専門家が付き添ってご使用ください。

●ご年配の方　●身体障害者の方

次のような方は医師（主治医）にご相談の上、ご使用ください。

●心拍数に悪影響をおよぼす可能性のある薬物治療を受けている方　●エクササイズが初めての方

●ご自身のワークアウト・ルーティーンをご計画で、普段からエクササイズの習慣がない35歳以上の方

●身体レベルの適正など、健康状態に問題がある方　●平衡感覚に障害がある方

●股関節・脚腰などに持病がある方　●出産後の方　●手術後の方

その他、下記内容にご注意の上、ご使用ください。

●髪などは可動部分に挟まれないように束ねてから運動してください。

●動きやすく滑りにくい服装をしてください。ゆったりとした服装や垂れ下がるものがついた服は避け、アクセサリーなども身につけないでください。

●ポケットの中は空にし、動きを妨げたり屈伸時に体にぶつかるようなベルト類ははずしてください。

●本体の組み立ておよび収納時に、指、手、髪、服などが可動部分にはさまれないようにご注意ください。思わぬケガの原因になります。

●本製品は使用前に点検してください。正常にスイングしない場合や、破損、ネジのゆるみ、割れ、亀裂、不具合などがある場合は、使用を中止して、巻末のカスタマーサービスセンターにご相談ください。そのまま使用すると、故障、ケガの原因になります。

●ひざは、ひざクッションに正しく乗せてください。

⚠警告

●エクササイズ中はひざや手、腰を痛める場合がありますので、常にご注意ください。めまい、吐き気、胸の痛み、背中の痛みなど普段と違う症状を感じたときは直ちにエクササイズを中止し、症状が回復しないときは速やかに医師にご相談ください。

●スイングはゆっくり行い、勢いをつけすぎないでください。器具がズレたり、転倒・落下により、ひざや手、腰を痛める場合があります。

⚠注意

●正しく組み立てて、平らで安定した場所に設置し、ご使用ください。思わぬケガの原因になります。

●エクササイズは、本製品の周囲に障害物のない場所で行ってください。故障やケガの原因になります。

●動作中に乗り降りはしないでください。転倒によるケガのおそれがあります。

●ハンドルバーにもたれかからないようにしてください。転倒の危険があります。

●ゴム製やビニール製の運動着は着ないようにしてください。発汗の蒸発を妨げ、体温が異常に高くなる場合があります。

●エクササイズ中は水分をよく採り、無理のない動作をしてください。

●裸足、スリッパ、スカートなどではご使用にならないでください。可動部分にはさまれて思わぬケガをしたり、本製品が破損するおそれがあります。

●エクササイズ中はヘッドホンステレオを使用しないでください。コードが部品にからまるおそれがあります。

●エクササイズでは、徐々に体を慣らすように心がけてください。最初から急激に運動量を増やすと、体調を崩すおそれがあります。

●エクササイズ中は自然な呼吸を心がけ、息を止めないでください。過度なトレーニングは避け、会話を続けることができる程度にしてください。

●本製品を同時に二人以上でご使用にならないでください。

●他の人が本製品を使用しているときは、手、足、もしくは物を本製品に乗せたり、近づけたりしないでください。可動部分にはさまれて思わぬケガをするおそれがあります。

●長時間同じ場所でご使用になると、本製品と床との接地面に跡がついたり、床へのくぼみ、キズなどの原因になります。また、ローラーの摩耗などにより、カスが落ちる場合もありますので、必要に応じ、床を保護するためのマットなどをご使用ください。

本製品の用途について

本製品は一般家庭で個人が使用するために製造されました。

●本製品は、業務用として不特定多数の人で使用しないでください。故障やケガの原因になります。

製品の保守・点検に関して

●取扱説明書で指示されている部品（当社が推奨または販売している部品）以外は使用しないでください。故障やケガの原因になります。

●本製品に異物が付着したまま、ご使用にならないでください。故障、ケガの原因になります。

●分解、修理、改造はしないでください。異常動作によるケガの原因になります。修理は、巻末のカスタマーサービスセンターにご相談ください。

次のような場合はただちに運動を中止してください

●製品に異常を感じたとき

●製品が破損したとき

●周囲に人やペット（動物）などが近づいてきたとき

製品の廃棄に関して

製品の廃棄方法

●廃棄する地域の行政・自治体の指示に従い、適切な方法で廃棄してください。

Greetings

はじめに

アブサークルプロXをお選びいただきまして、誠にありがとうございます。
本書は安全にお使いいただけるよう、安全上の注意事項や使用方法を記載しております。
ご使用になる前に、必ずお読みください。
保証書は本書の19ページにあります。
本書は紛失しないよう、いつでも手に取れる場所に保管してください。

＜目次＞

Advantages

アブサークルプロXの特長

●手軽にできるエクササイズマシン

ジムへ通うのが面倒な方でも、運動する時間が作れない方でも、ダイエットが長続きしない方でも大丈夫です。アブサークルプロＸなら、1セットたった3分間で、自宅でいつでもカンタンにエクササイズを楽しむことが可能。重力を利用して振り子のようにスイングさせるだけなので、エクササイズ初心者や運動が苦手な方でも、毎日楽しく続けられます。

●腹筋をはじめ、複数の筋肉を引き締める

下半身を左右にスイングする他、両脚を上部へ持ち上げたり、膝を左右別々に動かすことで、腹筋や普段使わない筋肉を刺激します。ウエストやヒップ、脚なども同時に鍛えられるので、理想の下半身も夢ではありません。

●有酸素運動と腹筋運動が同時に可能

有酸素運動も兼ねているので、心拍数を早く目標値まで上げられ、長時間運動しなくても脂肪燃焼効果があります。腹筋運動と合わさって、より効果的なエクササイズとなるため、ダイエットやスタミナをつけるには最適です。

⚠注意

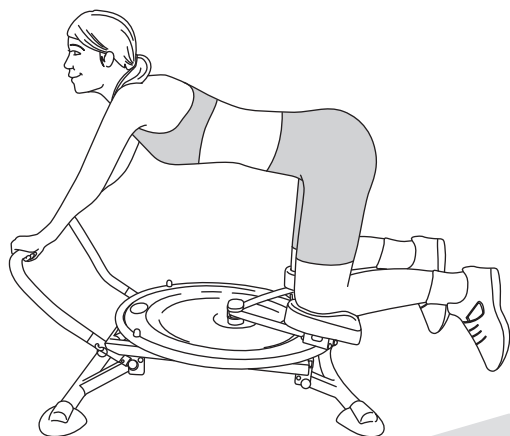
徐々に体を慣らすように心がけてください。最初から急激に運動量を増やすと、体調を崩す恐れがあります。日頃、運動を行わない方は特にご注意ください。

●エクササイズレベルは選べる３段階

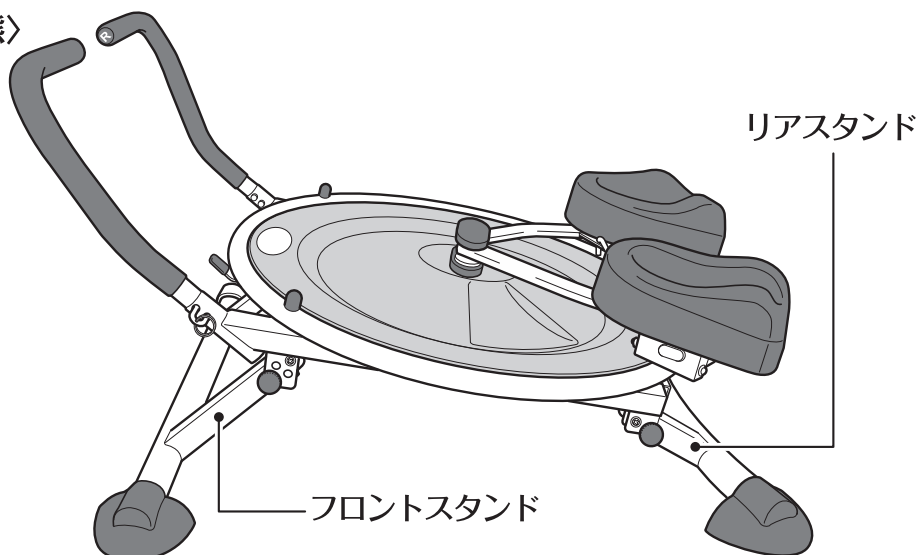
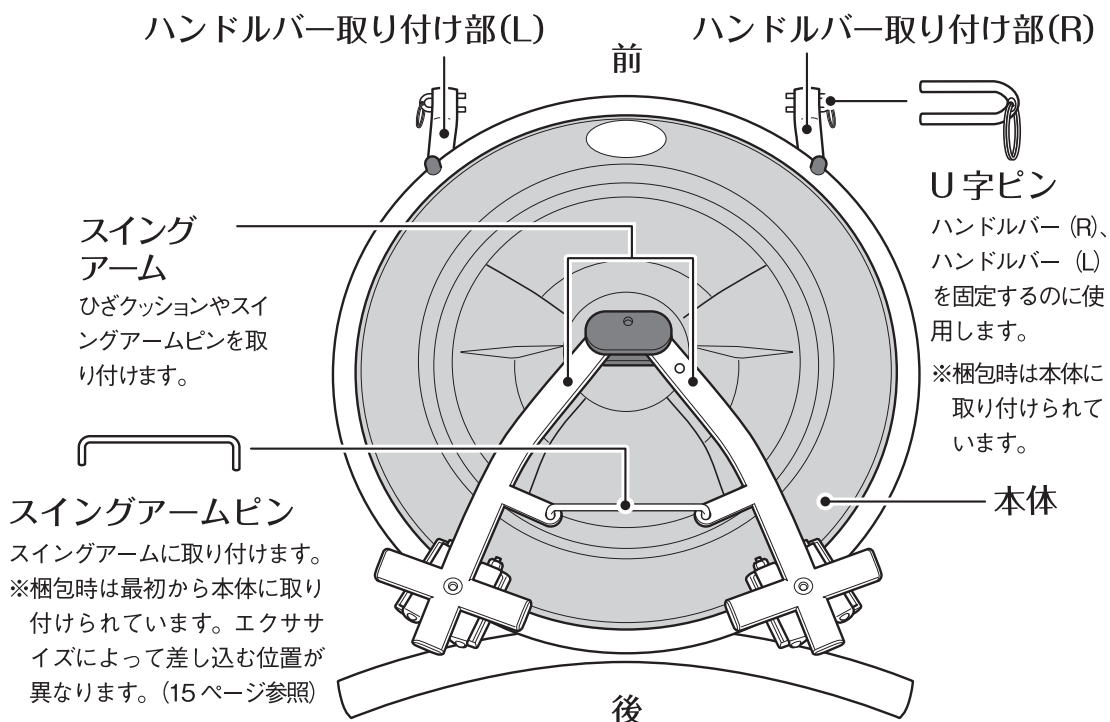
初級、中級、上級とマシンの負荷（傾斜）を調整することができます。最初は初級からスタートし、徐々に中級、上級へとチャレンジしてください。

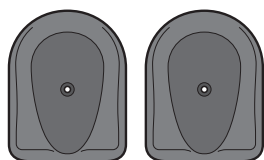
●アブサークル プロの進化型、アブサークルプロ X

アブサークル プロのひざパッドが改良され、ひざクッションに進化。安定感が増し、より使いやすく、より安全にエクササイズができるようになりました。

Body & Parts

本体・パーツについて

アブサークルプロX本体およびパーツの名称と機能について説明します。
ご使用前に、パーツがそろっていること、破損していないことを確認してください。

〈組立状態〉

●本体

※実際の製品とイラストの形状が異なる場合があります。

●パーツ

ひざクッション（2個）

スイングアームに取り付け、ひざを乗せる場所になります。

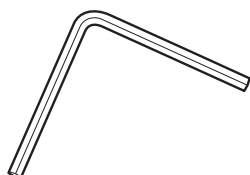
ハンドルバー（R）
ハンドルバー（L）

ハンドルバー（R）には端に「R」、ハンドルバー（L）には端に「L」と書かれています。

ロックピン（4本）

フロントスタンド・リアスタンドを固定するのに使用します。

ベースキャップ（4個）

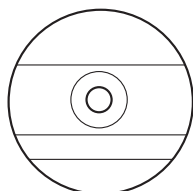
フロントスタンド・リアスタンドに取り付けます。

組み立て用ツール

ひざクッション、トータルフィットネスカウンター（オプション品）を取り付けるのに使用します。

ひざクッション取付ネジ（2本）

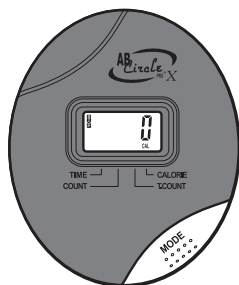
ひざクッションを固定するのに使用します。

キャップ（2個）

ひざクッションのネジ穴を塞ぎます。

ワークアウトDVD

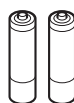
収録時間：約5分。様々なエクササイズの方法を紹介しています。

トータルフィットネスカウンター（オプション品）

エクササイズ回数や消費カロリーを計算します。

カウンター取り付け板

単３形乾電池（２本）

ネジ（２本）

Assembly Instructions

アブサークルプロXの組み立て方

⚠注意

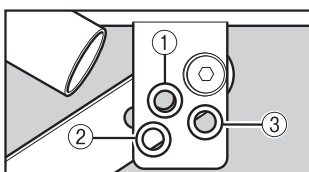
組み立てのときに、床を傷つけたり、汚したりするおそれがあります。新聞紙や布で床を保護して作業してください。２人で組み立て作業することをおすすめします。

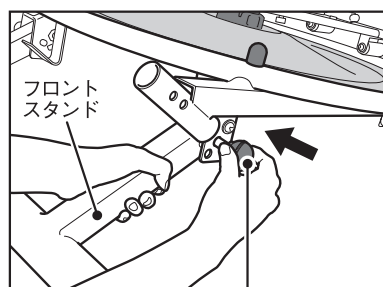
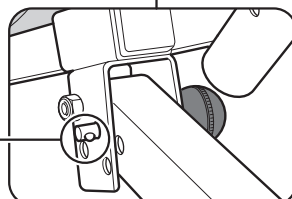
※以降の操作説明で「左」、「右」などの位置にかかわる表現は、アブサークルプロX本体の正面に立って前を向いている体勢を前提にしています。

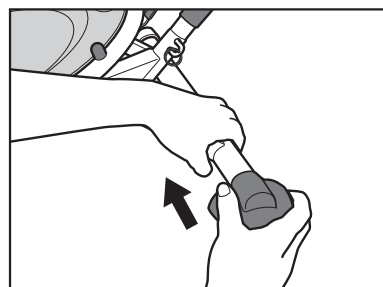
1 本体を平らな場所に置く

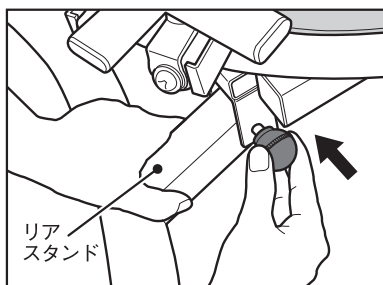
2 ロックピンをフロントスタンドに差し込む

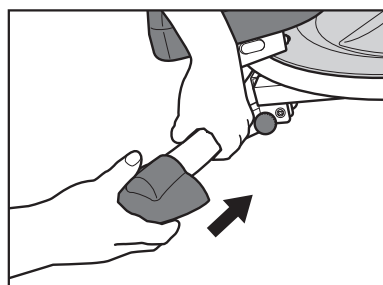
本体前方を持ち上げながら、ジョイント部分にある穴①とフロントスタンドにある穴が合うようにします。ジョイント部分にある穴①にロックピンを差し込みます。

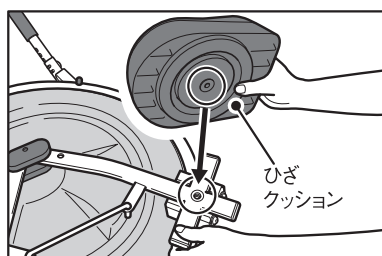
②③と差し込む位置を変えることにより、アブサークルプロＸの傾斜を変え、負荷を調整することができます。（13ページ「エクササイズレベルの調整」参照）
左右とも同じように差し込んでください。

フロントスタンドのジョイント部分

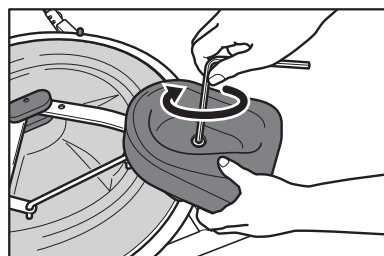
※ロックピンは、しっかりロックがかかるまで、まっすぐ奥まで差し込んでください。

3 フロントスタンドのベースキャップをはめる

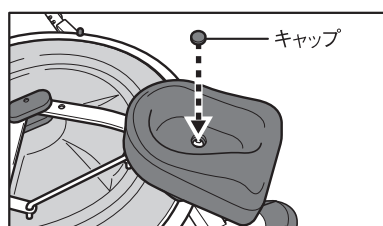
フロントスタンドのパイプの左右２箇所にベースキャップを押し込み、しっかりと取り付けます。

4 ロックピンをリアスタンドに差し込む

本体後方を持ち上げながら、リアスタンドのジョイント部分にある穴に合わせてロックピンを差し込みます。左右とも同じように差し込んでください。

5 リアスタンドのベースキャップをはめる

リアスタンドのパイプの左右２箇所にベースキャップを押し込み、しっかりと取り付けます。

6 ひざクッションをネジで固定する

1. スイングアームの軸下にあるネジ穴とひざクッションのネジ穴を合わせます。

2. 組み立て用ツールを使い、ひざクッションをひざクッション取付ネジで固定します。（左右とも同じように固定します）

※ひざクッションにネジを入れるとき、銀色の金属があることを確認してください。

7 キャップを付ける。

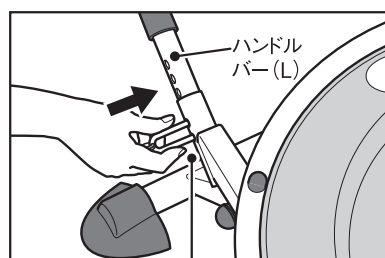
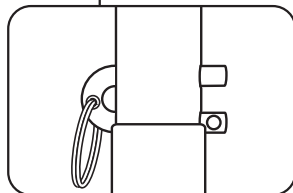
ひざクッションのネジ穴をキャップでふさぎます。

8 ハンドルバーを取り付ける

1. ハンドルバー取り付け部（L）に、ハンドルバー（L）を、グリップが内側に向くように差し込みます。ハンドルバー取り付け部の穴とハンドルバーの穴が合うように、差し込む深さを調節します。

※高さは 5 段階あります。身長やエクササイズ内容に合わせて、快適に使用できる高さに調節してください。

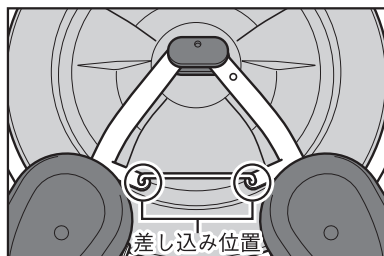
※梱包時、U 字ピンはハンドルバー取り付け部に差し込まれた状態になっています。U 字ピンをはずしてからハンドルバーを差し込んでください。

2. U 字ピンをハンドルバー取り付け部とハンドルバーの穴に差し込み、固定します。
3. ハンドルバー（R）も同様に取り付けます。ハンドルバーの高さは左右同じにしてください。

※U 字ピンは、しっかりロックがかかるまで、まっすぐ奥まで差し込んでください。

9 スイングアームピンを取り付ける

左右のスイングアームの穴にスイングアームピンを差し込みます。

※梱包時、スイングアームピンは既に差し込まれた状態になっています。

●行うエクササイズによりスイングアームピンの位置が異なります。（15 ページ「スイングアームピンの位置」参照）

⚠注意

組み立て後、すべてのパーツが正しく取り付けられているかどうか、アブサークルプロ X 全体をしっかり見てご確認ください。

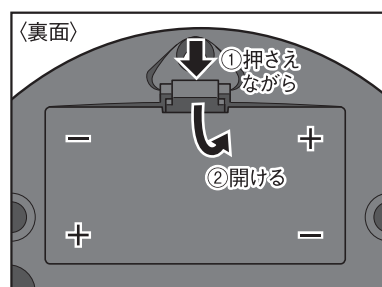
Total Fitness Counter (Optional)

トータルフィットネスカウンター(オプション品)

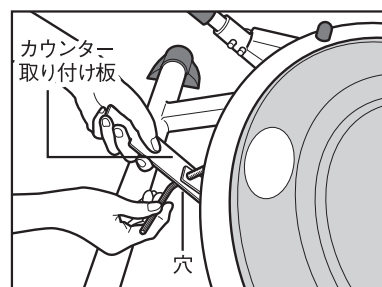
エクササイズ回数や消費カロリーを計算して、自分の頑張った成果を記録できます。
計画的にトレーニングを進めて、規則正しいエクササイズライフを送りましょう。

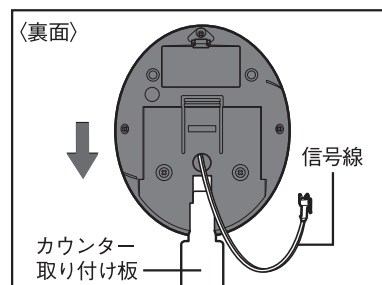
●取り付け方法

1 乾電池を入れる

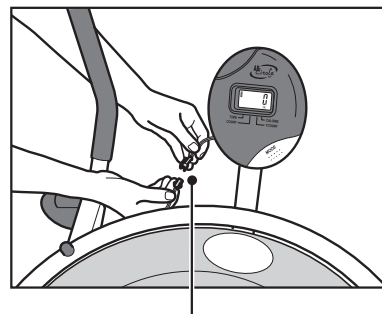
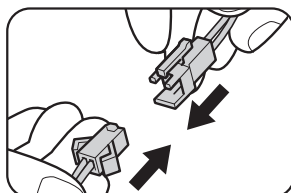
1. トータルフィットネスカウンター裏面にある、乾電池入れのふたのツメを押さえながら開けます。
2. 乾電池入れの中に書かれている＋と－の表示に合わせて、付属の乾電池（単３形乾電池２本）を入れます。
3. 乾電池入れのふたを閉めます。

2 カウンター取り付け板を本体に取り付ける

1. 本体裏面の上部にあるカウンター取り付け部の穴と、カウンター取り付け板の穴を合わせます。
2. ネジをカウンター取り付け板の穴の裏側から入れ、組み立て用ツールを使い、カウンター取り付け板を固定します。

※ カウンター取り付け用のネジは 2 つあります。2 つを交互に均等に締め付けてください。どちらか一方を先に強く締めると、穴が合わなくなることがあります。

3 トータルフィットネスカウンターを取り付ける

1. トータルフィットネスカウンター裏面下の溝を、カウンター取り付け板の先端に合わせます。
2. トータルフィットネスカウンターを下へスライドさせ、カウンター取り付け板にしっかりはめこみます。

4 線のコネクターをつなぐ

カウンター側の線と、本体のセンサー側の線をつなげます。
※コネクターは、向きを確かめてからつないでください。

〈拡大図〉

●使用方法

電源を入れる

トータルフィットネスカウンターの電源を入れるには、２つの方法があります。

・モード切替ボタンを押す

・アブサークルプロXでエクササイズを始める（自動で電源が入ります）

電源を切る

４分以上使用しなければ、自動的に電源が切れるようになっています。（電源切ボタンはありません）

表示モードを切り替える

モード切替ボタンを押すと①スキャン→②時間→③回数→④トータル回数→⑤消費カロリーの順に表示モードが切り替わります。

①スキャン（SCAN)

下記②～⑤までを順に表示します。

②時間（TMR)

現在行っているエクササイズの時間を表示します。
（カウント範囲／ 0：00 ～ 99：59 分：秒）

③回数（CNT)

現在行っているエクササイズの回数を表示します。
（カウント範囲／ 0 ～ 9999 回）

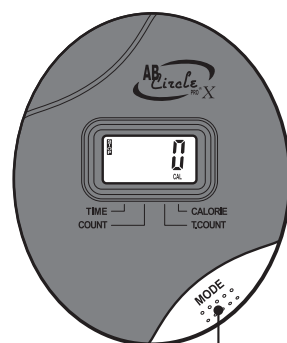
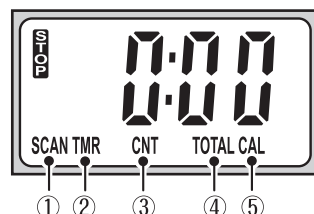
④トータル回数（TOTAL)

これまでのエクササイズのトータル回数を表示します。
（カウント範囲／ 0 ～ 9999 回）

⑤消費カロリー (CAL)

消費カロリーの目安を表示します。
（カウント範囲／0～9999kcal ※推定計算値）

数値をリセットする

時間や回数、消費カロリーをリセットする場合は、モード切替ボタンを４秒以上押し続けてください。
※トータル回数は、乾電池が消耗したり取りはずされるまでリセットされません。

⚠注意

- トータルフィットネスカウンターは水、液体、火気に近づけないでください。
- トータルフィットネスカウンターを硬い床などに落とさないよう、ご注意ください。
- トータルフィットネスカウンターがカウンター取り付け板にしっかりはまっていることを確認してください。
- 液晶画面がぼやけたり消えたりした場合は、乾電池を交換してください。

Getting Started

エクササイズを始める前に

8〜9ページ「アブサークルプロXの組み立て方」をよく読んで、正しく組み立てられていることを確認してください。

●ウォームアップ

トレーニングの開始時およびトレーニングの区切り毎に、軽めのウォームアップを行うことで、筋肉がほぐれ、これから始める運動の準備となるだけでなく、ケガを予防し運動能力を最大限に引き出すことができます。

ウォームアップの後には、ストレッチ運動も行なってください。ストレッチ運動は、無理なく筋肉を軽く伸ばす程度までにしてください。ゆるやかに、リズミカルに、落ち着いて手足を動かすようにしましょう。

●クールダウン

トレーニングが終わったら、クールダウンを行ってください。クールダウンは、5分から10分の簡単な運動とストレッチです。ストレッチ運動は、無理なく筋肉を軽く伸ばす程度までにしてください。ゆるやかに、リズミカルに、落ち着いて手足を動かすようにしましょう。

⚠警告

- アブサークルプロＸを安全に正しくご使用いただくために、この取扱説明書を必ずお読みください。アブサークルプロＸに貼付されている警告･注意シールの安全上の注意事項に従ってください。
- エクササイズを行っても問題ないか、２ページ「安全にお使いいただくために」をお読みになり、ご自身の健康についてご確認ください。または医師 (主治医) にご相談ください。

⚠注意

- エクササイズは、平らな場所で行ってください。
- 本体の周囲に障害物のないことを確認してください。エクササイズ中にバランスを崩した場合、ケガをするおそれがあります。
- 本体上で左右にスイングする動きはゆっくり行い、勢いをつけすぎないでください。器具がズレたり、転倒・落下により、ひざや手、腰を痛めるおそれがあります。ご使用時に本体が動いてしまうのは、左右への動きが速すぎることが原因です。ゆっくり動作を行えば、本体ががたついたり、動いたりしなくなります。
- ひざは、ひざクッションに正しく乗せてください。
- アブサークルプロＸでは、体を左右に曲げる動きをします。これは日常にはない動作で、普段使わない筋肉の動きとなります。初めてアブサークルプロＸをご使用になる際には、慎重にエクササイズを行ってください。腰の痛みや張りを感じた場合、気分が悪くなったり、めまいや痛みを感じる場合は、すぐに使用を中止してください。誤ったエクササイズや、エクササイズのしすぎにより、健康が損なわれるおそれがあります。

Exercise Level Adjustment

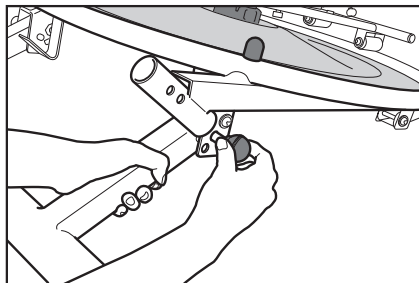
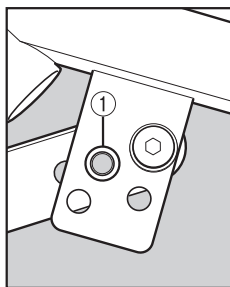
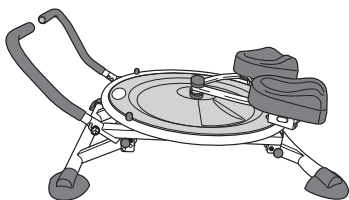
エクササイズレベルの調整

希望するレベルに合わせて、アブサークルプロXの傾斜を変えることができます。フロントスタンドのジョイント部分にある穴①②③のいずれかにロックピンを差し込んでください。最初は、①初級からスタートし、徐々に②中級、③上級にチャレンジしてください。スイングの高さも最初は「MIN（初級者）」レベルから始めてください。

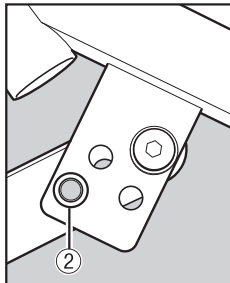
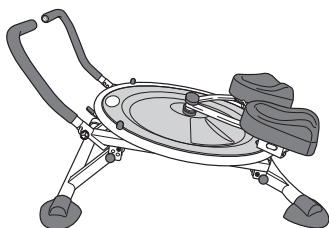
⚠注意

ロックピンは、しっかりロックがかかるまで、まっすぐ奥まで差し込んでください。

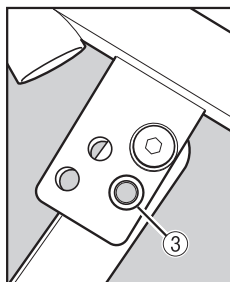
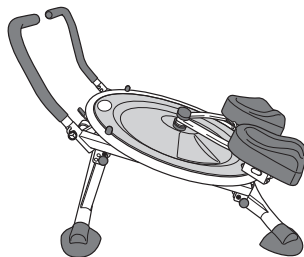
負荷 傾斜
弱 低

強 高

①初級

本体前方を持ち上げながら、ジョイント部分にある穴①とフロントスタンドにある穴が合うようにします。ジョイント部分にある穴①にロックピンを差し込みます。

初級のポジションになります。

②中級

本体前方を持ち上げながら、ジョイント部分にある穴②とフロントスタンドにある穴が合うようにします。ジョイント部分にある穴②にロックピンを差し込みます。

中級のポジションになります。

③上級

本体前方を持ち上げながら、ジョイント部分にある穴③とフロントスタンドにある穴が合うようにします。ジョイント部分にある穴③にロックピンを差し込みます。

上級のポジションになります。

⚠注意

①初級、②中級、③上級でエクササイズを行う際、最初は「MIN（初級者）」レベルまでのスイングからスタートしてください。（14 ページ『スイングレベルについてのご注意「MIN（初級者）」～「MAX（上級者）」』参照）

AB Circle PRO X Exercises

アブサークルプロXのエクササイズ

■乗り方

①ひざをひざクッションの上に乗せます。
②両手を左右のハンドルバーに均等に置き、しっかり握ります。
③へその位置が本体（円盤）の中心にくるようにしてバランスを取り、頭を上げ、顔を正面に向けてください。

＜良い例＞

前傾姿勢をとり、腰の角度を 90°にする。

おへそが本体中心の真上にある。

＜悪い例＞

後ろに体重がかかり、ヒップが落ちている。

おへそが本体中心とズレている。

⚠警告

動きやすく滑りにくい服装で、髪などは可動部分に挟まれないように束ねてから運動を行ってください。

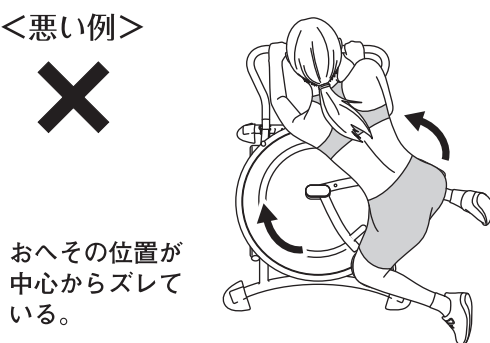
■スイング方法

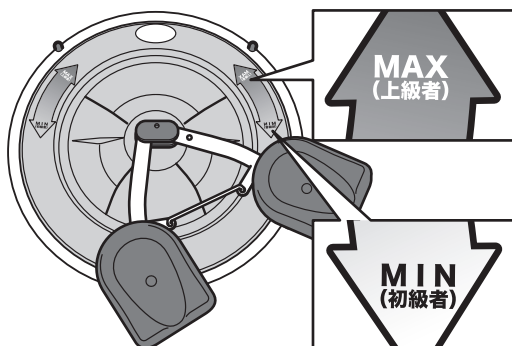
カラダの重心（おへその位置）が本体の中心からズレないようにスイングしてください。

＜良い例＞

上半身は動かさず、おへそを支点に下半身だけをスイングする。

＜悪い例＞

おへその位置が中心からズレている。

●スイングレベルについてのご注意「MIN（初心者）」～「MAX（上級者）」

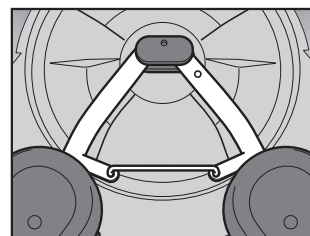
最初は「MIN（初級者）」レベルまでのスイングから始めてください。慣れてきたら、徐々にスイングの高さを「MAX（上級者）」レベルに近づけてください。
最初から「MAX（上級者）」レベルまでスイングしますと、思わぬ事故やケガの原因になります。

⚠注意

●スイング中にカラダの重心が本体の中心からだんだんズレていく場合は、一旦エクササイズを中止し、ポジションを立て直してください。重心が大きくぶれると、バランスをくずしたり、ひざが落ち、転倒してケガをする恐れがあります。
●スイングは無理なくゆっくりと行ってください。スイングのスピードが早いと遠心力によりひざがはずれて、ケガをする恐れがあります。

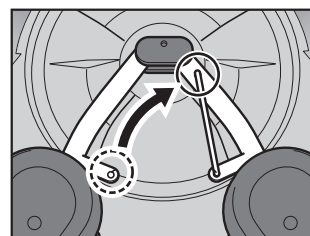
●スイングアームピンの位置

基本エクササイズを行う場合

・右スイング　・左スイング

左右のスイングアームの穴にスイングアームピンを差し込んでください。

応用エクササイズを行う場合

・右クロール　・左クロール　・ヒップと腿のエクササイズ
・右スイング（ハイレベル）　・左スイング（ハイレベル）

取り付けたスイングアームピンの左側を外し、右側のスイングアームの軸上にある穴に留めてください。

■基本エクササイズ

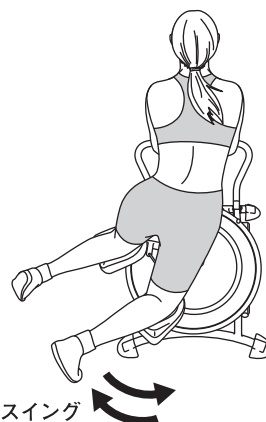
エクササイズを始める前に、スイングアームピンの位置（上記参照）をご確認ください。

右スイング

下半身全体をゆっくりと右側に曲げていきます。痛みを感じない程度に、可能な限り曲げてください。スイングの動きに慣れてくると、より大きく動かせるようになります。

右スイング

左スイング

下半身全体をゆっくりと左側に曲げていきます。痛みを感じない程度に、可能な限り曲げてください。スイングの動きに慣れてくると、より大きく動かせるようになります。

左スイング

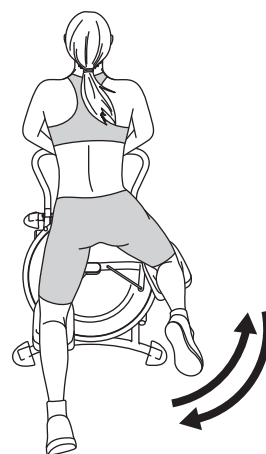
⚠注意

最初は基本エクササイズを行い、徐々に体を慣らすようにしてください。急激に運動量を増やすと体調を崩す恐れがあります。

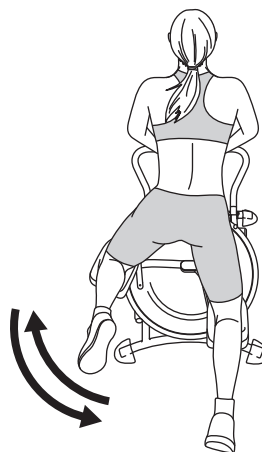
■応用エクササイズ

エクササイズを始める前に、スイングアームピンの位置（15 ページ参照）をご確認ください。

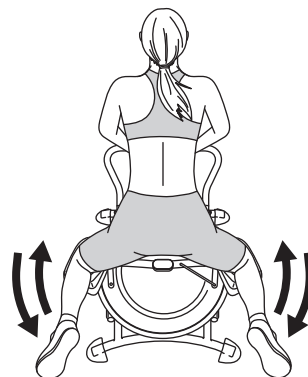
右クロール

右脚をゆっくりと、本体の上部に向けて持ち上げてください。このとき左脚は、右脚の動きに自然に合わせてください。

右クロール

左クロール

左脚をゆっくりと、本体の上部に向けて持ち上げてください。このとき右脚は、左脚の動きに自然に合わせてください。

左クロール

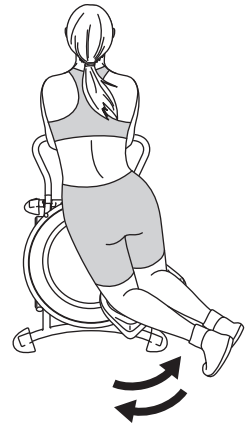
ヒップと腿のエクササイズ

両脚をゆっくりと本体の上部に向けて持ち上げ、「乗り方／良い例」（14 ページ参照）の姿勢まで戻します。この動きを繰り返すことで、腿の内側と外側が鍛えられます。

ヒップと腿のエクササイズ

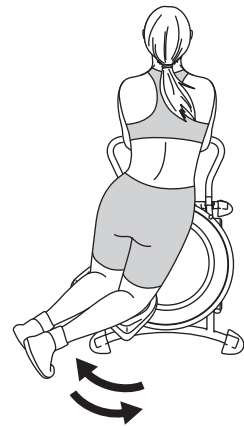
■応用エクササイズ（続き）

エクササイズを始める前に、スイングアームピンの位置（15 ページ参照）をご確認ください。

右スイング（ハイレベル）

上半身を本体のセンターにキープしながら、下半身を痛みを感じない程度に、ゆっくりと右側に曲げていきます。
このとき左ひざは右ひざの動きに自然に合わせてください。
動きに慣れてきたら、バランスを取りながらゆっくりスイングしてください。

右スイング（ハイレベル）

左スイング（ハイレベル）

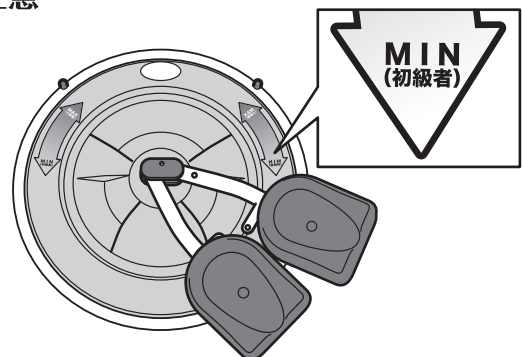
上半身を本体のセンターにキープしながら、下半身を痛みを感じない程度に、ゆっくりと左側に曲げていきます。
このとき右ひざは左ひざの動きに自然に合わせてください。
動きに慣れてきたら、バランスを取りながらゆっくりスイングしてください。

左スイング（ハイレベル）

⚠注意

右・左スイング（ハイレベル）はバランスを崩しやすく、エクササイズ中に本体から落下するおそれがあります。まだエクササイズに慣れていないうちは、絶対に行わないでください。スイングする際は体力に応じて、無理をしない程度にゆっくりと体を動かしてください。

●スイング（ハイレベル）する際のご注意

基本エクササイズのスイングとは異なり、スイング（ハイレベル）の最大の高さは「MIN（初級者）」レベルまでとなります。「MIN（初級者）」レベルを超える高さでは絶対にスイングしないでください。思わぬ事故やケガの原因になります。

Care & Maintenance Instructions

保管とお手入れ•点検方法

保管とお手入れの方法について説明します。安全にお使いいただくため、必ずお手入れ・点検を行ってください。

●本体の保管

・ご使用にならないときは、人の行き来の多い場所を避け、通気のよい平らで安定した場所に保管してください。製品を壁に立てかけて保管する場合には、倒れることのないようにしっかり確認してください。

・お子さまやペット(動物)の手の届かない場所に保管してください。思わぬ事故やケガの原因になります。

・長時間ご使用にならない場合は、トータルフィットネスカウンターに入れた乾電池をはずしてください。

●本体のお手入れ・点検

・長くお使いいただくために、本体やパーツは常に清潔に保つよう、定期的にお手入れをしてください。ご使用後は水をふくませて固く絞った布で、ほこり、汗などの汚れをふき取ってください。汚れがひどい場合は、水でうすめた中性洗剤をふくませて固く絞った布でふいたあと、乾いた布で、もう一度ふいてください。

・本製品を水につけたり、水をかけたりしないでください。故障の原因になります。水でぬれた場合は、乾いた布などで速やかにふき取ってください。

・ご使用前に、部品の緩みがないか毎回点検し、緩んでいる部品はしっかり締め付けてください。ひざクッション取付ネジもチェックし、ひざクッションがしっかり固定されているかどうかを確認してください。また、長期間のご使用による磨耗や亀裂がないことを、定期的に確認してください。

・部品が破損、または紛失した場合は使用を中止して、巻末のカスタマーサービスセンターにご相談ください。そのまま使用すると、故障、ケガの原因になります。

After-sale Service

アフターサービス（必ずお読みください）

■ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、巻末にご案内している連絡先にお問い合わせください。

■修理を依頼されるときは

故障かな?と思ったら、使用を中止し、巻末にご案内している連絡先に修理をご依頼ください。

■修理料金の仕組み

修理料金=技術料+部品代です。

◎技術料

故障した製品を正常に修復するための料金です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器等設備費、一般管理費等が含まれています。

◎部品代

修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。

※アブサークルプロXのお買い上げ明細書は、お手元に保管していただきますよう、お願いいたします。

保 証 書

exabody®

この度は当社商品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。
この保証書は、保証期間中に故障が発生しました場合には、下記の無料修理規定にしたがって無料修理を行うことをお約束するものです。
この製品が、万一保証期間内に故障しました場合は、エクサボディ カスタマーサービスセンターにご連絡願います。
保証期間内に限り無料にて修理をさせていただきます。(ご返送の際に発生する送料はお客様のご負担となります。)
※修理をご希望される場合、本書とアブサークルプロXのお買い上げ証明(お買い上げ明細書、レシート、領収書など)の提示が必要となりますので、保証書とお買い上げ証明を大切に保管してください。

【品名:アブサークルプロX】

お客様ご氏名:　　　　　　　　　　様

お客様ご住所:　〒

お客様電話番号(購入時):

ご購入日:　　　年　　　月　　　日

保証期間: ご購入日より　**1年間**

この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明な点がありましたら下記の当社カスタマーサービスセンターにお問い合わせください。

無 料 修 理 規 定

1. 取扱説明書・本体貼付ラベル等の注意書に従った使用状態で故障した場合は保証期間内に限り無料修理いたします。
2. 保証期間内でも次の場合には有料修理となります。

(イ) 本書の提示がない場合。
(ロ) お買い上げ証明がない場合および本書の字句を書替えられた場合。
(ハ) 使用上の誤り、または不当な修理・改造による故障および損傷。
(ニ) お引渡し後の輸送・落下・水ぬれ等による故障および損傷。
(ホ) 火災・公害・異常電圧および地震・落雷・風水害・その他の天変地異による故障および損傷。
(ヘ) 過酷な条件のもとで使用されて生じた故障および損傷。
(ト) 故障の原因が本機以外にある場合。
(チ) 付属品等の消耗品の交換。
(リ) 車輌船舶などに搭載されて生じた故障および損傷。
(ヌ) 一般家庭用以外の用途(業務用など)で生じた故障および損傷。
(ル) 取扱説明書に記載された「安全のご注意」を守られない場合の故障。

3. 直接修理窓口へ送付した場合の送料等や出張修理を行った場合の出張料等は、お客様の負担となります。
4. 消耗品は保証対象外となります。
5. 本製品の故障に起因する付随的損害については責任を負いかねます。
6. 保証に関して不明の点がありましたら、当社カスタマーサービスセンターに　お問い合わせください。
7. 本書は日本国内においてのみ有効です。
8. 本書は再発行いたしませんので大切に保管してください。

アフターサービス

1.保証期間経過後の修理については、ご希望により有料で承ります。
2.当社は、補修用性能部品を製造打ち切り後6年保有しています。
注)補修用性能部品とは、その製品を保持するために必要な部品です。

お問い合わせ先

エクサボディ カスタマーサービスセンター
0120-400-962
[E-mail]store@exabody.jp
受付時間　午前9時～午後9時(年末年始を除く)

輸入/販売元
株式会社 オークローンマーケティング
〒461-0005 愛知県名古屋市東区東桜1-13-3
NHK名古屋放送センタービル14F
exabody.jp

exabody®
CHANGE YOUR LIFE

《お問い合わせ》
アブサークルプロXについてのご質問は右記の「カスタマーサービスセンター」までお問い合わせください。

エクサボディ カスタマーサービスセンター

0120-400-962

受付時間
午前9時〜午後9時
（年末年始を除く）

※おかけ間違いのないよう番号をご確認ください。 **[E-mail]store@exabody.jp**

24時間・365日受付

輸入/販売元

株式会社 **オークローンマーケティング**
〒461-0005 愛知県名古屋市東区東桜1-13-3
NHK名古屋放送センタービル14F
exabody.jp

エクサボディ
モバイルサイトへ
アクセス

社団法人日本通信販売協会会員

正規輸入販売元 エクサボディはアブサークルプロXの正規輸入販売元です。

IN000294-01